УДК 159.9:316.362

DOI <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2019-4-7>

ПОДРУЖНЯ ПСИХОЛОГІЧНА СУМІСНІСТЬ ЯК ЧИННИК СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ

Тетяна Перепелюк

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

вул. Садова, 28, м. Умань, Україна, 20308

e-mail: Perepeluk17@gmail.com

Одним з основних чинників стабільності шлюбу, його благополуччя і щастя родини – є психологічна сумісність подружжя. Проводячи консультативну роботу з подружжям, що є одним з перших кроків, доцільно встановити психофізіологічні фактори сумісності темпераментів подружжя, типів характеру, особливості протікання психічних процесів. Функціонально-персональна роль в узгодженості взаємин та дослідження подружньої сумісності характеризується необхідністю виконання звичних і невідкладних функцій і обов'язків. Погодженість структури і розуміння цих ролей партнерами є одним з найбільш важливих факторів, що забезпечують стабільність і благополуччя сімейного союзу. Шлюбні відносини ґрунтуються на різних нормах. Сукупність норм та санкцій інституту шлюбу регулює стосунки між чоловіком і дружиною. Одні норми (обов'язки, права) мають юридичний характер і регламентуються законодавством. В Україні на даний момент така регламентація здійснюється на основі Кодексу про шлюб і сім'ю. Можливості людей до взаємної адаптації та пристосованості величезні, і особливу роль при цьому грає рівень інтелекту – свого роду здатність (або нездатність) до нагромадження життєвої мудрості, що виявляється на наступних рівнях сумісності. Є в сумісності чоловіка і дружини один аспект, що дозволяє дивитися з надією в майбутнє навіть тим родинам, у яких результати виміру цієї найважливішої характеристики є мінімальними, – це адаптивна сторона сумісності, що припускає поступову адаптацію чоловіка і дружини один до одного. Подружня адаптація здійснюється у взаємодії двох і наступному обговоренні результатів цієї взаємодії, іноді дуже бурхливих, що вирішується за допомогою техніки конструктивної суперечки. Головним показником сімейного щастя є рівень взаємин і спілкування між подружжям.

Ключові слова: сімейне консультування, подружня сумісність, функціонально-рольова узгодженість, сімейне благополуччя, шлюбні відносини, взаємна адаптація, життєва мудрість, рівні сумісності, техніка конструктивної суперечки.

Однією з основних умов стабільності шлюбу є вагомий фактор благополуччя і щастя родини – сумісність подружжя. Соціальні психологи стверджують, що сумісність – здатність членів групи погоджувати свої дії і оптимізувати взаємини між подружжям в різних галузях і видах спільної діяльності. Дозволимо тільки одне зауваження: конкретні дані про сумісність, порівняння з ними пар обстежуваних повинні здійснюватися дуже обережно і суворо на добровільній основі. Основне завдання консультанта на цьому етапі – встановити контакт із клієнтом або клієнтами і з'ясувати, що саме привело їх на прийом, хоча на початку бесіди можуть виникнути певні труднощі: продемонструвати провину партнера або його (її) недоліки, або згадати нові помилки, або звинувачувати один одного. У даній ситуації консультанту необхідно виявити певну принциповість і наполегливість, запропонувавши подружжю конструктивні дії в даній ситуації, тобто почергове коментування та висловлювання на основі дозволу. Для глибшого розуміння ситуації психологу-консультанту

необхідно мати наступну інформацію: коли, як і у зв'язку з чим почалися або загострилися конфліктні ситуації, за яких обставин вони найчастіше виникають, хто є ініціатором, що не подобається одному або іншому з членів подружжя.

Шлюбні відносини ґрунтуються на різних нормах. Сукупність норм та санкцій інституту шлюбу регулює стосунки між чоловіком і дружиною. Одні норми (обов'язки, права) мають юридичний характер і регламентуються законодавством. В Україні на даний момент така регламентація здійснюється на основі Кодексу про шлюб і сім'ю, де юридично закріплені питання про володіння майном, матеріальні обов'язки подружжя один щодо одного і щодо дітей, про вік вступу в шлюб, комплекс норм, пов'язаних із розлученням тощо. Інші норми регулюються мораллю, звичаями, традиціями. До них належать норми залицяння, шлюбного вибору, дошлюбної поведінки, виховання дітей, сімейний відпочинок тощо. Залежно від типів інновацій в існуючих формальних або неформальних нормах шлюбних відносин дослідники виділяють низку типів шлюбів. Кожен з них може існувати в чистому вигляді або поєднувати ознаки декількох типів водночас.

Так, В. Сатир зазначає, що подружні стосунки являють собою стрижень для формування інших стосунків у сім'ї; дисгармонійні стосунки між батьками обов'язково відбиваються на їхній батьківській функції. Діяльність недержавних фондів, організацій (Спілка захисту сім'ї та особистості, Центр екології сім'ї тощо) також робить вагомий внесок у сферу практичної допомоги сім'ї та наукових досліджень. Ґрунтовними психологічними та соціально-психологічними дослідженнями проблем сім'ї займаються такі провідні наукові установи, як Державний інститут проблем сім'ї та молоді, Інститут психології АПН України, Інститут соціальної і політичної психології АПН України, Інститут проблем виховання АПН України.

Отже, метою даної статті є визначення актуальних та перспективних напрямів психологічного консультування сім'ї, щоб виявити чинники, які сприяють зміцненню шлюбних стосунків. Дослідження цього напрямку свідчать про те, що сьогодні трансформується, розширюється розуміння сутності та розуміння різних феноменів, наявних у сімейно-подружньому житті. Зокрема, дослідження психологів свідчать, що у 80–85% сімей постійно відбуваються конфлікти, в 15–20% наявні сварки через різні причини. При цьому доведено, що подружні конфлікти відіграють ключову роль у сімейних стосунках, оскільки представляють собою спосіб вираження і подолання суперечностей, що лежать в основі такої складної системи, як сім'я. Також змінюється ставлення до розлучення як до події, що має винятково негативне значення.

Проводячи консультативну роботу з подружжям, одним з перших кроків, ми вважаємо встановлення психофізіологічної сумісності темпераментів подружжя. Усе, що потрібно для її визначення, у Вас уже є, тому що це все – результати тестування ЕРІ (опитувальник Айзенка)[1]. У графічній інтерпретації цього тесту «крапка» конкретної людини вписувалася в простір, утворений двома вісями – інтроверсії/екстраверсії і нейротизму/емоційної стабільності. Відрізок, що з'єднав цю «крапку» з перетинанням вісей, одержав назву «вектор темпераментів». Якщо ми тепер на колі Айзенка помістимо «крапки» будь-яких двох людей, їх вектори темпераментів утворять кут, що одержав назву «кут асиметрії». Отож, саме цей кут і є основою для визначення психофізіологічної сумісності темпераментів, тому що чим він має «менший градус», тим менш сумісними виявляються партнери. Приблизно виділяють три рівні сумісності, що відповідають трьом середнім значенням кута асиметрії: 180°, 90° і 0° із градацією їхніх відхилень приблизно в 45° від цих значень.

І. *Високий рівень сумісності* (серединне значення кутів асиметрії дорівнює 180°). У чистому виді цей рівень сумісності характерний для пар холерик – флегматик і сангвінік

– меланхолік, що психофізіологічно прекрасно доповнюють один одного (на цьому рівні важливо саме доповнення). Наприклад, вибуховість холерика гаситься спокоєм флегматика, а знижений тон настрою меланхоліка компенсується життєрадісністю сангвініка.

II. *Середній рівень сумісності* (серединне значення кута асиметрії дорівнює 90°). На жаль, у цьому випадку доводиться говорити про дійсно середню сумісність кожної з чотирьох пар поєднань темпераментів, можливих у цьому випадку. Тому що у парі холерик – меланхолік буде присутня протилежність – від випадків активності до повної пасивності, а недостатня емоційна стабільність членів цієї пари може періодично перетворювати їхнє життя на філію Дантова пекла; пари меланхолік – флегматик буде характеризуватися безініціативністю і відчуженістю один від одного; пари флегматик – сангвінік виявляться глухими до почуттів і думок інших, та й один до одного теж; ну а пари сангвінік – холерик зазвичай займаються з'ясуванням двох улюблених для них питань: «Чому я, а не ти?» і «Хто в нас у сім'ї головний?».

III. *Низький рівень сумісності* (серединне значення кута асиметрії 0°). На жаль, пари з однаковими темпераментами дійсно характеризуються низькою стабільністю, тому що усім їм чогось не вистачає: холерикам – спокою; меланхолікам – енергійності; флегматикам – ініціативності, сангвінікам – чуйності і послідовності.

Разом з тим не треба вважати, що погана сумісність темпераментів прирікає пари на невдачу. Можливості людей до взаємної адаптації та пристосованості величезні, і особливу роль при цьому грає рівень інтелекту – свого роду здатність (або нездатність) до нагромадження життєвої мудрості, що виявляється на наступних рівнях сумісності.

Поняття «роль» характеризується необхідністю виконання звичних і невідкладних функцій і обов'язків. Погодженість структури і розуміння цих ролей партнерами є одним з найбільш важливих факторів, що забезпечують стабільність і благополуччя сімейного союзу.

Загальноприйнята класифікація сімейних ролей включає наступні з них:

1. *Відповідальний за матеріальне забезпечення родини.* Дана роль містить у собі комплекс обов'язків, зв'язаних із забезпеченням родини необхідним рівнем добробуту.

2. *Господар-господарка.* Реалізація цієї ролі припускає придбання продуктів, готування їжі, забезпечення затишку, чистоти і порядку, догляд за одягом і т.д.

3. *Відповідальний за підтримку родинних зв'язків.* Дана роль включає участь у сімейних ритуалах і церемоніях, організацію спілкування з родичами і сприяння соціальному становленню членів родини.

4. *Організатор сімейної субкультури.* Виконання цієї ролі спрямовано на формування в членів родини визначених культурних цінностей, різноманітних інтересів і захоплень.

5. *Роль організатора розваг.* Дана, відносно недавно виділена роль включає ініціацію й організацію життєдіяльності родини в сфері дозвілля.

6. *Роль сімейного психотерапевта.* Виконання цієї також нової ролі припускає здійснення дій, спрямованих на розв'язання особистісних проблем іншого. Треба зазначити, що повнота виконання цієї ролі тісно зв'язана з загальною задоволеністю шлюбом.

7. *Роль любовного партнера.* Дана роль зв'язана з проявом активності в сфері сексуальних відносин.

8. *Роль відповідального за догляд за дитиною.* Виконання цієї ролі вимагає забезпечення дитині в перші рік-півтора його життя фізичного і психічного комфорту.

9. *Роль вихователя.* Дана роль містить у собі виконання обов'язків, зв'язаних з формуванням особистості дитини більш старшого віку [2].

Саме ці дев'ять ролей ми і пропонуємо використовувати для визначення функціонально-рольової погодженості. При цьому у всіх випадках для кількісного вираження цієї

погодженості необхідно буде користуватися нескладною технікою розрахунку рангової кореляції Спірмена, сутність якої полягає в наступному. Деяка кількість ознак ранжується (тобто визначається, що по-перше, що по-друге і так далі до останнього) за двома підставами, у якості яких може виступати або їхня оцінка одною людиною з погляду двох характеристик, або однієї характеристики, але двома людьми. Результати цих двох ранжувань порівнюються, і розраховується ступінь їхнього збігу за формулою:

$r = 1 - 6 \sum d_i^2 / (n(n^2 - 1))$, де i – різниця рангів i -ої ознаки; n – кількість ранжованих ознак (зокрема 9).

У практиці сімейної терапії звичайно використовуються два рівні аналізу структури функціональності ролей: бажаний (так, як хотілося б) і реальний (так, як склалося), оскільки їхнє зіставлення дає дуже багато чого для виявлення структури сімейних утруднень з метою їхньої наступної ліквідації або оптимізації. Однак ми хочемо запропонувати подружжю використовувати в аналізі функціонально-рольової погодженості навіть не дві, а три структури ролей:

а) *нормативну* (як має бути);

б) *бажану* (як хотілося б);

в) *квасиреальну* (як, швидше за все, складеться). Зрозуміло, психолог зобов'язаний враховувати, що формальні статистичні розрахунки не повинні підмінювати змістовний аналіз сімейних ролей на зближення, і тим самим поліпшувати їх потенційну функціонально-рольову погодженість [3].

Тепер поговоримо про розподіл ролей. Розглянути цей аспект другого рівня сімейної сумісності можна, скориставшись наведеним алгоритмом (нормативний, ідеальний і реальний рівні з урахуванням індивідуальних і групових думок): коли чоловіки будуть говорити про дані дружин, а дружини – про розум чоловіків. Це дозволить різко підвищити рівень взаєморозуміння тих й інших. Інструментом для порівняння може служити проста таблиця, у кожному із клітин якої щораз необхідно вписати відповідні ролі. Необхідно тільки обговорити всі протиріччя, що виявилися, і розбіжності, тому що матеріал цей без перебільшення унікальний і дуже актуальний у плані побудови майбутнього сімейного життя.

Є в сумісності чоловіка і дружини один аспект, що дозволяє дивитися з надією в майбутнє навіть тим родинам, у яких результати виміру цієї найважливішої характеристики є мінімальними – це адаптивна сторона сумісності, що припускає поступову адаптацію чоловіка і дружини один до одного. Пристосування неминуче й незаперечно відбувається у всіх родинах, але оскільки одним це вдається, а іншим – ні, природно задатися питанням: а що ж перешкодило чоловікам і дружинам створити сімейне щастя. Справа в тому, що подружня адаптація здійснюється у взаємодії двох і наступному обговоренні результатів цієї взаємодії, іноді дуже бурхливих, що вирішується за допомогою техніки конструктивної суперечки.

Техніка створена чеським ученим С. Кратохвілом, який вважає, що конструктивна суперечка характеризується:

- конкретністю (обговоренням конкретного предмета конфлікту, відсутністю узагальнень, переносом розмови на інші галузі взаємодій, посиланнями на минуле тощо);
- активністю обох сторін, їх участю в ситуації, зацікавленістю в розмові;
- чітким, відкритим викладом своїх позицій й увагою до позиції і фактів опонента – бажанням зрозуміти їх;
- дотриманням етичних принципів поведінки сторін по відношенню одне до одного;
- використанням тільки ділових аргументів з уникненням всього того, що зачіпає особистість іншого.

Взаємодія має бути динамічною, щоб у співрозмовників не виникло почуття втоми, повинна закінчуватися позитивно і обов'язково підкресленням досягнутого в обговоренні.

Результати суперечки необхідно проаналізувати й оцінити, вважаючи її вдалою, якщо:

– партнери отримали нову інформацію, уточнили своє бачення ситуації або позиції один одного;

– змогли хоча б частково зняти напруженість у взаєминах;

– прийшли до більшого взаєморозуміння й зближення своїх позицій;

– змогли розв'язати проблему, усунути протиріччя [4].

Ось в чому полягає сутність техніки конструктивної суперечки С. Кратохвіла, яку ми й пропонуємо відпрацювати в ситуаційно-рольових іграх. Однак те, яким конкретним змістом будуть вони наповнені, цілком і повністю залежить від ведучого (психолога-консультанта) та учасників.

Психолог-консультант підходить до аналізу факторів сімейного благополуччя насамперед з погляду об'єктивних і суб'єктивних показників сімейного щастя й благополуччя і факторів, які визначають досягнення цих показників. Ці фактори діляться на об'єктивні й суб'єктивні, а також на зовнішні й внутрішні.

До зовнішніх об'єктивних факторів належать стабільність соціальної системи, у яку включена родина, а також рівень життя в країні. До зовнішніх суб'єктивних факторів стабільності шлюбу відносять силу соціального контролю: ефективність правових і моральних норм, культурних і національних традицій.

До внутрішніх об'єктивних факторів варто віднести житлові й матеріальні умови життя конкретної родини, а до внутрішніх суб'єктивних – міжособистісні почуття членів родини (любов, відповідальність, гідність і взаємоповага), а також сексуальна сумісність і задоволеність шлюбом.

Вивчення суб'єктивних умов благополуччя родини особливо важливо з урахуванням того, що юридичне збереження шлюбу не завжди відповідає збереженню фактичного, та й саме по собі фактичне збереження шлюбу нічого не говорить про те, наскільки чоловік і дружина щасливі у сімейному житті.

Якщо резюмувати результати багатьох досліджень, то виявиться, що головним для досягнення щастя родини є показники взаємин і спілкування. Так, опитування 266 американських сімейних консультантів показало, що в 9 з 10 сімейних пар, що зверталися за допомогою, виявляли труднощі в спілкуванні, а в моделі якостей шлюбу Р. Левіса й Дж. Спанієра було емпірично виявлено, що більше 2/3 з 47 характеристик, найбільш зв'язаних з успішністю шлюбу, мають чисто психологічний характер, причому, що досить цікаво, найголовнішим виявився ступінь подібності й злагоди чоловіка й жінки за різними параметрами. Аналогічні результати було отримано й у країнах СНГ, зокрема, в дослідженні задоволеності шлюбом і його стабільності, здійсненому під керівництвом Е. Тийт, де чітко виявилась перевага особистих взаємин над житловими й матеріальними умовами. В опитуванні приймало участь 660 людей, що звернулися за допомогою в підборі шлюбного партнера у спеціалізовану службу знайомств. Результати опитування змусили багато в чому по-новому поставитися до проблеми одинаків. Так, виявилось, що приблизно половина з них – це ті, хто не зміг зберегти перший шлюб. Більшість із них (67% чоловіків й 87% жінок) мають вищу освіту, майже 50% живуть в окремих квартирах, майже всі матеріально забезпечені (С.В. Ковальов, 1991). Даним парам не вистачило таких необхідних якостей для шлюбу, як альтруїзм, поступливість, самокритичність. Не випадково ж 27% чоловіків й 8% жінок, що звернулися в службу знайомств, не мають близьких друзів, 24% й 14%

відповідно, в процесі знайомства і під час спілкування виявляються не в силах перебороти скутість, проявляють нездатність до відкритих, справді людських стосунків. А чого вартий один тільки факт: 48% чоловіків й 53% жінок вважають, що в сімейному житті ні за яких умов не треба поступатися один одному.

Отже, саме взаємини чоловіка й жінки є найважливішим чинником сімейного щастя і якість спілкування чоловіка і дружини є однією з найважливіших характеристик родини та значною мірою визначає благополуччя шлюбу. Як відомо, саме в спілкуванні реалізуються найважливіші духовні потреби людини, але оскільки родина усе більше служить для людей своєрідним психологічним притулком, задоволення потреб у прийнятті один одного, захисту й психологічному комфорту, ці фактори починають усе більше пов'язуватися із сімейним благополуччям.

Підсумовуючи вище зазначене психологами були сформульовані наступні чотири умови успішності міжособистісного спілкування чоловіка й жінки:

- 1) відкритість, тобто відсутність «прихованих зон»;
- 2) підтвердження самооцінок один одного;
- 3) активний обмін взаємодіями, тобто інтенсивне обговорення почуттів і бажань один одного;
- 4) відповідність конкретній ситуації.

З іншого боку, до числа факторів, що перешкоджають успішному спілкуванню чоловіка й жінки, психологи віднесли:

- 1) висловлювання, що дискредитують іншого;
- 2) приховування деякої важливої інформації;
- 3) змішування причини й наслідку в ситуації розбіжностей;
- 4) ригідність (надстійкість) даних чоловіка й жінки із приводу того, що кожен з них повинен і може говорити або робити;
- 5) упевненість у тому, що люди у своєму поведженні повинні бути абсолютно логічними і прагнення цієї логіки;
- 6) постійна фіксація на тому, хто правий і хто винуватий у конкретно сформованій ситуації.

Викладене дозволяє намітити конкретні шляхи методичного висвітлення проблеми сімейного благополуччя. На окрему увагу заслуговує постановка і дослідження проблеми сімейного насильства як наслідок несумісності подружжя, до якої зараз спостерігаємо значний суспільний і науковий інтерес. Зауважимо, що ця проблема потребує подальшого поглибленого вивчення різних чинників насильства, зокрема, психологічних факторів, передумов, а також можливостей запобігання цьому явищу.

Список використаної літератури

1. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь – справочник по психодиагностике. Київ : Наукова думка, 1989. 528 с.
2. Семиченко В.А. Психологія сімейного взаєморозуміння. Київ, 2006. С. 28–55.
3. Психологія сімейних взаємин: Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / М.С. Корольчук, В.І. Осьодло, Т.Д. Перепелюк та ін. Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2010. 294 с.
4. Психологія : схеми, опорні конспекти, методики: Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2005. 320 с.

MARITAL PSYCHOLOGICAL COMPATIBILITY AS A FACTOR OF MARRIAGE RELATIONS STABILITY

Tetiana Perepeliuk

Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Sadova Str., 28, Uman, Ukraine, 20308

e-mail: Perepeluk17@gmail.com

One of the main factors in the stability of marriage is the well-being and happiness of the family - the psychological compatibility of the spouses. Conducting advisory work with spouses, which is one of the first steps, it is advisable to establish the psycho-physiological factors of the compatibility of the temperaments of the spouses, the types of characters, the peculiarities of mental processes course, and functionally – a personal role in the coherence of relationships and the study of marital compatibility is characterized by the need to perform the usual and urgent functions and responsibilities. Coordination of the structure and understanding of these roles by partners is one of the most important factors that ensure the stability and well-being of the family union. Marriage relations are based on different rules. The set of norms and sanctions of the institute of marriage regulates the relationship between husband and wife. Some norms (duties, rights) have legal character and are regulated by the legislation. In Ukraine, at the moment, such regulation is carried out on the basis of the Code of Marriage and the Family. The potential of people for mutual adaptation and adaptation is enormous, and the role of this is played by the level of intelligence – a kind of ability (or inability) to accumulate vital wisdom, which manifests itself at the following levels of interoperability. There is an aspect of husband and wife's compatibility that allows one to look with hope in the future even to those families in whom the results of measuring this critical characteristic are minimal. This is an adaptive aspect of compatibility, which involves the gradual adaptation of husband and wife to each other. Marital adaptation is carried out in the interaction of two and the next discussion of the results of this interaction, sometimes very violent, which is solved by means of constructive disputes. The main indicator of family happiness is the level of relationships and communication between spouses.

Key words: family counseling, marital compatibility, functional-role coherence, family well-being, marriage relations, mutual adaptation, life wisdom, levels of compatibility, techniques of constructive controversy.